|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | **Согласовано** | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | директор | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | МКОУСОШ с. Мугреево-Никольское | | | | |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Модина Е.А./ | | | | |
|  |  |  |  |  |  | **МЕНЮ** | | | |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  | **21 марта 2023 г.** | | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Ясли** | | | | | | | | | | | | | | |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Сбор-** **ник** **рецеп-** **тур** | | **№** **техн.** **карты** | **Наименование блюда** | | | | **Выход** | | **Химический состав** | | | | | | **Энерге-** **тическая** **ценность,** **ккал** | **Вита-** **мин** **С, мг** |
| **Белки, г** | | **Жиры, г** | | | **Угле-** **воды, г** |
| **Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | | 189 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ | | | | 150 | | 3,8 | | 6,1 | | | 21 | 154 | 0,97 |
| 2012 | | 395 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ | | | | 170 | | 2,9 | | 2 | | | 16,3 | 96 | 0,4 |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 25 | | 2 | | 0,3 | | | 12,3 | 60 | 0 |
| 2012 | |  | МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) | | | | 5 | |  | | 4,1 | | |  | 37 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **350** | | **8,7** | | **12,5** | | | **49,6** | **347** | **1,37** |
| **II Завтрак** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 400 | МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ | | | | 150 | | 4,3 | | 3,7 | | | 7 | 79 | 0,8 |
| 2008 | |  | БАТОН | | | | 25 | | 1,9 | | 0,7 | | | 12,9 | 66 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **175** | | **6,2** | | **4,4** | | | **19,9** | **145** | **0,8** |
| **Обед** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2012 | | 84 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ | | | | 150 | | 6,2 | | 7,4 | | | 11,7 | 139 | 6,3 |
| 2008 | | 181 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ | | | | 90 | | 5,1 | | 4,1 | | | 23,2 | 150 | 0 |
| 2012 | | 286 | ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) | | | | 60 | | 6,8 | | 20,7 | | | 9,3 | 252 | 0,5 |
| 2012 | | 399 | СОК НАТУРАЛЬНЫЙ | | | | 150 | | 0,8 | | 0,2 | | | 14,7 | 63 | 1,2 |
| 2008 | |  | ХЛЕБ РЖАНОЙ | | | | 25 | | 1,7 | | 0,2 | | | 10,6 | 51 | 0 |
| **Итого** | | | | | | | **475** | | **20,6** | | **32,6** | | | **69,5** | **655** | **8** |
| **Полдник** | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2008 | |  | ЙОГУРТ | | | | 100 | | 5 | | 3,2 | | | 8,5 | 87 | 0,6 |
| 2012 | | 41 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ | | | | 100 | | 1,3 | | 0,1 | | | 11,4 | 53 | 2 |
| **Итого** | | | | | | | **200** | | **6,3** | | **3,3** | | | **19,9** | **140** | **2,6** |
| **Всего** | | | | | | | | | **41,8** | | **52,8** | | | **158,9** | **1287** | **12,77** |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| повар | | | | |  |  |  | Липатова М.В. | | | | | | | | |
|  |  |  |  |  |  | | |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

.